

Energie oefeningen voor elke dag om ervoor te zorgen dat je goed bij jezelf kunt blijven en in je eigen kracht kunt staan, essentieel is deze tijd vind ik.

- Eerst goed gronden en verbinden vanuit je hart God de oerbron via je kruinchakra. Bv. Door wortels vanuit je voeten te zien groeien en visualiseren die door de grond heen gaan helemaal tot midden van moeder aarde (het kristal van moeder aarde) of vraag moeder aarde om zicht optimaal te verbinden met jou. Dit laatste is aan te raden voor mensen die hier eigenlijk niet willen zijn, last hebben van psychoses bijvoorbeeld of veel entiteiten.
- Geef je Hogere Zelf, of God de oerbron, Jezus (of wie jij vertrouwen in hebt), opdracht om alle entiteiten, extra zielen in een van je energielichamen/velden en donkere demonische, satanische duistere krachten en energieën te zuiveren en te verwijderen, met liefde en licht naar het licht te brengen of naar de meest perfecte plek voor hen. Kort maar krachtige versie
- (zie ook mijn aparte handleiding entiteiten naar het licht brengen, uitleg daarvan en beschermen).
- Vraag je Hogere Zelf om alle gaten en openingen in al je energielichamen en velden te zuiveren en te vullen met het gouden licht van God de oerbron, openingen en poorten naar andere dimensies te sluiten en te verzegelen met licht.
- Vraag je Hoger Zelf om ervoor te zorgen dat je aura sterk is en compleet op alle lagen.
- Bescherm jezelf energetisch, vraag bv aan je Hogere Zelf om een 3 voudig scherm van het Gouden Licht van God de oerbron om je heen te plaatsen en vraag de hele dag of nacht om optimale bescherming.

Voor je gaat slapen:

- Geef je Hogere Zelf vanuit liefde opdracht om alle energetische koorden met alles en iedereen met wie je contact hebt gehad die dag en alle plekken waar je bent geweest door te snijden in alle richtingen, ruimtes, tijden en dimensies met dankbaarheid en

liefde. (Extra belangrijk als je elke dag veel mensen ontmoet of op drukke plekken komt, in de zorg werkt, hooggevoelig bent etc)

- Geef je hogere Zelf vanuit liefde opdracht om alle overgenomen negatieve energieën van anderen door jou of vanuit je omgeving te zuiveren en te verwijderen, te transformeren in liefde en licht.
- Geef je hogere Zelf opdracht om afgegeven positieve levensenergie en levensvreugde aan anderen door jou, naar jezelf te terug te halen in gezuiverde vorm via je kruinchakra je hele lichaam in.
- Geef je Hogere Zelf, of God de oerbron, Jezus (of wie jij vertrouwen in hebt), opdracht om alle entiteiten, extra zielen in een van je energielichamen/velden en donkere demonische, satanische duistere krachten en energieën te zuiveren en te verwijderen, met liefde en licht naar het licht te brengen of naar de meest perfecte plek voor hen. Kort maar krachtige versie
- (zie ook mijn aparte handleiding entiteiten naar het licht brengen, uitleg daarvan en beschermen).
- Vraag je Hogere Zelf om alle gaten en openingen in al je energielichamen en velden te zuiveren en te vullen met het gouden licht van God de oerbron, openingen en poorten naar andere dimensies te sluiten en te verzegelen met licht.
- Vraag je Hoger Zelf om ervoor te zorgen dat je aura sterk is en compleet op alle lagen.
Bescherm jezelf energetisch, vraag bv aan je Hogere Zelf om een 3 voudig scherm van het Gouden Licht van God de oerbron om je heen te plaatsen en vraag voor de hele nacht om optimale bescherming. Dit moet natuurlijk niet, maar zie het als zelfzorg. Je neemt ook een paraplu mee als het gaat regenen of doet een jas aan tegen de kou.

- **Voor meer energie:** vraag je hogere zelf om de positieve boviswaarde (essentiële levensenergie) van alle cellen in je lichaam/energielichamen te optimaliseren

- **Meridianen en Chakra's:**
Vraag je hogere Zelf vanuit liefde om al je meridianen te zuiveren en al je chakra's te optimaliseren.

Als je kunt testen met pendel, biotensor of spiertesten, dan kun je eerst testen welke uit balans zijn en dan apart zuiveren en optimaliseren door te vragen aan je Hogere Zelf.

Vergeet ook je huisdieren niet! Die nemen uit liefde en afhankelijkheid van ons ook negatieve energieën van ons over.



"Praktijk Natuurlijk Loslaten"

Email: agnes.jansen@protonmail.com

Healingcirkel teamlid van Tanni Koens

Mijn telegramkanaal: <https://t.me/PraktijkNatuurlijkLoslaten>